

# Hay Algo en el Aire

Algunas cosas que los niños y padres de familia que viven a lo largo de la frontera Sonora/Arizona deben saber para proteger a los niños de los riesgos de salud ambiental.

**E**ste folleto fue producido por el Proyecto de Salud Ambiental Infantil del Departamento de Calidad Ambiental de Arizona como parte de un proyecto especial para educar a las familias que residen a lo largo de la frontera Sonora/Arizona sobre las amenazas de salud ambiental para los niños. Se estimula a las escuelas en ambos lados de la frontera a usar este folleto como instrumento educativo para crear una mayor conciencia en los estudiantes y sus padres sobre los retos de salud ambiental que puedan enfrentar y los que los padres pueden hacer para protegerse a sí mismos y a sus niños. Los fondos fueron proporcionados a través de una subvención de la Agencia de Protección del Medio Ambiente de los Estados Unidos.



Janet Napolitano, Gobernadora  
Stephen A. Owens, Director de ADEQ



## **Los Niños en la Frontera Sonora/Arizona Comparten Muchas Cosas**

Los niños en ambos lados de la frontera Sonora/Arizona viven en una de las zonas más hermosas y de mayor diversidad del mundo y además comparten otras características de la Región Fronteriza – un clima cálido y seco, escasos recursos hídricos, y contaminación del aire.

### **Los niños de la Frontera Comparten el Aire que Respiran**

La salud de todos los niños puede ser amenazada por el aire sucio. De hecho, los cuerpos más pequeños de los niños toman más aire al respirar. Sus pulmones de menor tamaño pueden ser forzados a trabajar más duro contra aquellos contaminantes que traemos a nuestros cuerpos. Además los niños pueden levantar polvo, lo cual puede exponerlos a la contaminación por polvo.

### **Una Forma de Vida para Muchos**

Los niños que residen a lo largo de la frontera pueden sorprenderse al enterarse de que aquellas partículas en el aire que invaden su sistema respiratorio son originadas por actividades que son muy comunes en sus vidas. Algunas de ellas incluyen tirar y quemar al azar llantas viejas, basura y desechos. Hasta jugar en las numerosas calles sin pavimento que existen en la región puede provocarles problemas de salud a sí mismos y sus familias.

*Cuando los niños ya padecen de asma u otro problema respiratorio, su exposición a la contaminación del aire puede aumentar sus problemas de salud.*



## ¿Qué hay en el Aire a lo Largo de Nuestra Frontera?



*Los ataques de asma pueden ser ocasionados por monóxido de carbono, emisiones de ozono, y partículas. Las admisiones hospitalarias y visitas a la sala de emergencia relacionadas con problemas respiratorios aumentan cuando los niveles de contaminación del aire son elevados; y además aumentan los síntomas respiratorios agudos, incluyendo el dolor severo de pecho, la respiración con esfuerzo y la tos.*

**Las Partículas (PM)** se clasifican como PM10 y PM 2.5. PM10 son las partículas gruesas (polvo de calles sin pavimento y erosión del suelo) y PM2.5 son partículas pequeñas (humo suspendido en el aire, hollín, y humo del escape de los vehículos). Las partículas más pequeñas son más dañinas porque viajan a una mayor profundidad dentro de nuestros pulmones. PM es una preocupación en cualquier punto de la ciudad en algunas comunidades fronterizas tales como Ambos Nogales. El aire puede ser dañino cerca de las calles sin pavimento, hornos ladrilleros, tráfico de camiones diesel o en lugares donde hay humo interior.

**El Monóxido de Carbono (CO)** es un gas incoloro, inodoro producido principalmente por los vehículos motorizados, pero puede también ser emitido por los calentadores de gas, la leña quemada, y el carbón. El CO es peligroso. Aunque no causa asma, el estar expuesto a niveles elevados puede causar confusión y mareos, y hasta la muerte al estar en espacios limitados tales como una recámara, un cuarto de almacenamiento, o un garaje.

**Los Pesticidas** son aplicados a los campos agrícolas en forma de aerosol, rociadores líquidos o polvos con el propósito de eliminar plantas o insectos indeseados. Algunos pesticidas pueden provocar ataques de asma, y la mayoría de pesticidas pueden ser peligrosos en otras maneras de ser usados en forma inadecuada o excesiva.

**Contaminantes de Espacios Interiores.** Además de los pesticidas y el monóxido de carbono, hay varias otras cosas que se encuentran algunas veces dentro del hogar y que pueden ocasionar problemas de salud. Estos incluyen el humo de segunda mano, alfombras nuevas, madera de tres capas, muebles y papel para tapizar paredes, y algunos productos del consumidor tales como los pegamentos, artículos de limpieza, y bolas para matar polillas.

Estos y otros contaminantes pueden ocasionar ataques de asma.

## ¿Qué Pueden Hacer los Niños en Nuestra Zona Fronteriza?

Si tienes síntomas de asma, debes tratar de **evitar** estar expuesto(a) a lo que “**provoca**” asma en el área donde vives.

Debes mantenerte **alejado(a) de los campos abiertos** donde los vientos pueden alborotar el suelo que acarrea partículas y algunas veces pesticidas en el aire que respiras.

**Juega adentro** en aquellos días cuando haya mucho viento o mañanas muy frías cuando puede haber mucho humo de leña en el aire.

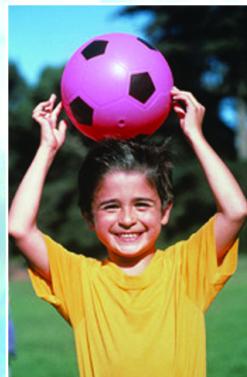
Para evitar respirar contaminantes dañinos al ir en un carro o camión, mantengan las ventanas cerradas, de ser posible, y **no se monten en la cama o palangana de un pick-up.**

Ayuda a **sembrar plantas nativas** alrededor de tu casa y esuela para reducir el polvo.

Deja la ventana abierta un par de pulgadas en aquellos cuartos donde se esté utilizando un calentador de gas.

Si derramas algo que estés comiendo o bebiendo, ayuda a limpiarlo inmediatamente para que no atraiga insectos. **Los pesticidas pueden provocar ataques de asma.**

**Evita** observar **aviones fumigadores**; están rociando pesticidas.



## ¿Cómo Pueden los Adultos Proteger a los Niños Adentro y Afuera?

Los vínculos familiares son muy firmes en la zona fronteriza. Los padres de familia y otros adultos pueden aprender sobre la contaminación del aire y luego usar su creatividad para ayudar a los niños a encontrar **formas de jugar y estudiar que reduzcan su exposición a los contaminantes del aire**.

Si usted tiene niños que padecen de asma, ayúdelos a aprender qué es lo que lo provoca y elimine tantos disparadores como sea posible. Aprenda el uso adecuado de las **medicinas para el asma** que usan sus niños y enséñele a sus niños.

Debe **mantener su vehículo en buenas condiciones de funcionamiento** para reducir la contaminación del aire dañina. De ser posible, combine los mandados y planee sus viajes para usar la ruta más eficiente. Debe tratar de compartir un vehículo para ir al trabajo, o use el autobús. **Mantenga a sus niños alejados del humo de escape de los autobuses**. La contaminación generada por los autobuses y camiones puede ser peligrosa.

Mantengan limpios sus **hogares y mantenga sus alimentos en recipientes sellados** para que estén protegidos de insectos y del rocío de pesticidas. Convierta la limpieza en un juego en el que participen sus niños.

Limpie los rincones y las grietas, y selle los boquetes y las grietas, para que no puedan entrar los insectos o usarlos como escondite; de esta manera se **reducirá el uso de pesticidas**.

**No queme basura ni desechos de su jardín** cuando haya niños cerca. Trate que sus niños no respiren el humo de su estufa de leña, si es que utiliza este tipo de estufa para cocinar o para calefacción.

Si trabaja en los campos agrícolas **donde se utilizan pesticidas**, trate de mantener su ropa para el campo en su lugar de trabajo o **cámbiese de ropa antes de jugar** con sus niños.

Póngase en contacto con Ward Jacox, Asistente Especial para la Salud Ambiental Infantil, llamando al (602) 771-2231 o enviando un correo electrónico a [wbj@azdeq.gov](mailto:wbj@azdeq.gov) para aprender más o participar en este programa, o visite el Sitio Web del Departamento de Calidad Ambiental de Arizona (ADEQ, en inglés) en: [www.azdeq.gov](http://www.azdeq.gov).

